第一章　导论

心理学在研究什么？它有哪些研究领域？心理学的学科性质是什么？它在研究中采用了什么样的研究方法？心理学的孕育、产生、发展的过程和未来的发展趋势怎样？心理学有哪些主要学派？这些都是研究、学习心理学必须了解和掌握的内容。本章将就此向读者作一个简略的介绍，使读者对心理学的全貌有一个概括性的了解。

第一节　心理学的研究领域和学科性质

一、心理学的研究领域

心理学是研究心理现象及其规律的科学。心理是人脑的机能，是人脑对客观现实的主观反映。由于心理学既是揭示和认识人的心理现象及其本质和规律的基础性的理论科学，又是在社会现实生活中有着很强的应用价值的应用科学,所以,通常为了简明起见,根据所进行的研究是以建立系统的理论为目的还是以实际应用为目的，将心理学的研究分为理论心理学与应用心理学两大领域；前者旨在探讨人或动物的行为和心理的变化的原理和规律，后者研究心理学在现实社会和生活中的实际应用。

(一)理论心理学

理论心理学是研究关系到整个心理学的根本性质的理论问题的一个心理学分支，也称体系心理学。它以揭示各种心理现象之间以

需要全本请访问 www.ertongbook.com

及心理现象与客观现实之间相互联系的规律为任务，不但可以解释、预测并有意识地支配人的行为和心理活动，而且可定向指导心理学各分支学科的研究。

理论心理学研究的主要内容包括心理学的对象与学科性质、心理活动范畴、心理学的任务、心理学方法论和心理学研究的具体方法、身心问题和心脑问题、意识问题、心理的能动性问题、心理的因果关系问题、心理的起源问题及知行问题等一系列为建立体系心理学所应研究的基本理论问题。理论心理学主要包括普通心理学、社会心理学、发展心理学、生理心理学、比较心理学和实验心理学等分支学科。

（1）普通心理学，又称标准心理学，是心理学的主干，在心理学许多分支中，占有特殊的地位。它从更广阔的理论角度来研究心理现象，是心理学的基础研究领域，对心理学的发展起重要作用，并能反映出心理学的发展水平和倾向。在普通心理学中，心理学基本原理与心理现象一般规律的研究是两个重要方面。心理学基本原理的研究主要有两类：一类是以心理的实质问题为核心，涉及心理与客观现实的关系，心理与脑、心理与社会、心理与实践的关系，以及心理活动的规律性等，这些通常称为心理学的哲学问题；另一类是以心理的结构问题为核心，涉及心理活动的层次组织、心理现象的分类，如各种心理现象的联系等。这两类研究是互相联系的，有时统称为心理学的方法论问题。在普通心理学中，一般把心理现象分为心理过程与个性心理两个方面。心理过程是指认识过程、情感过程与意志过程。认识过程又包括感觉、知觉、记忆、思维、想像和思维等 情感过程是人对现实事物的态度体验，是人的需要得到满足与否的反映；意志过程是人在改造世界时，克服困难，去完成任务的心理过程。它们常被简称为知、情、意，是人的统一的心理过程的三个方面。三者相互联系又相互制约。认识过程是基础，情感和意志是将认知转化为行为的动力；情感和意志反过来又促进认知的发展。个性心理又被分为个性倾向性和个性心理特征两部分。个性倾向性包括需要、

动机、兴趣、理想、态度、信念和世界观等；个性心理特征则包括能力、气质和性格等个性心理是通过心理过程在实践的基础上逐步形成和发展起来的，而个性心理又影响心理过程的进行和发展。心理过程和个性心理有机地组成人的完整的心理面貌。普通心理学主要是通过对正常成人的心理活动的研究来揭示心理现象的一般规律的。

（2）社会心理学，是心理学和社会学之间的一门交叉学科，是研究个体和群体的社会心理现象的心理学分支。个体社会心理现象指个体受他人和群体制约的个人的思想、感情和行为，如人际知觉、人际吸引、社会促进和社会抑制、顺从等。群体社会心理现象指群体本身特有的心理特征，如群体凝聚力、社会心理气氛、群体决策等。

（3）发展心理学，是研究个体心理发生、发展规律的科学。按不同的年龄阶段，可进一步分为幼儿心理学、儿童心理学、少年心理学、青年心理学、成年心理学和老年心理学。

（4）生理心理学，是研究心理现象和行为产生的生理过程的心理学分支，又称生物心理学、心理生物学或行为神经科学。它试图以脑内的生理事件来解释心理现象，综合各邻近学科如生理学、神经学、生物化学、内分泌学、行为遗传学等的研究成果来窥探心理现象赖以产生的脑的组织和工作的奥秘。

（5）比较心理学，是研究动物行为进化的基本理论和不同进化水平的动物的各种行为特点的心理学分支。它以不同进化阶段上的动物的行为为研究对象，在研究中侧重于不同种动物行为的比较分析，而且这种比较在原则上并不把人排除在外，其目的在于更好地了解人类本身及其在自然界的地位。

（6）实验心理学，是在实验室控制条件下，借用科学的实验方法，研究人及动物心理和行为的一门心理学分支。不过它往往不包括社会心理学、变态心理学和儿童心理学的实验，且它与专门研究某一方面的心理学，如学习心理学等略有不同，更多的是研究心理学的一种方法学。

其他如认知心理学、人格心理学、变态心理学等也都属理论心理

学的范畴。

(二)应用心理学

应用心理学是研究如何把理论心理学所揭示的基本规律应用于人类社会生活的各个方面，并进一步探索研究在各个社会实践领域中心理活动的具体现象及其规律的心理学。较之理论心理学，应用心理学更为枝繁叶茂，几乎在人类社会生活的每一个主要领域都有一专门的应用心理学门类,例如教育心理学、咨询心理学、临床心理学、工业心理学、人事心理学、管理心理学、消费心理学、商业心理学、工程心理学、环境心理学、犯罪心理学、法律心理学、运动心理学等。下面对其中一些分支作一简单介绍。

(1) 教育心理学，是研究教育和教学过程中教育者和受教育者心理活动现象,及其产生和变化规律的心理学分支,是一门介于教育科学和心理科学之间的边缘学科。教育随着社会的发展而发展，为适应教育发展的需要,教育心理学的任务不断增加,研究对象的范围逐渐扩充。在发展初期，教育心理学偏重于学习心理的研究和学习规律的讨论，并且大多集中于智育方面的问题。随着教育对人的全面发展的日益重视,也就越来越重视道德行为、道德情感以及审美情感的培养。美国《心理学年鉴》综合各方面比较一致的意见,认为教育心理学的研究任务和对象应包括八个方面：教育评价和测量、儿童发展的特点、特殊儿童及其教育、有关学习心理学的教育方法、特殊学科的学习、学习辅导和心理健康、教师人事和促成学习的教师行为、教育心理学的方法。

(2) 咨询心理学,是研究心理咨询的过程、原则、技巧和方法的心理学分支，具有明显的实用性和多学科交叉性，不仅与教育心理学、社会心理学、发展心理学和医学心理学关系密切,而且与教育学、社会学、文化人类学、医学相互交叉。咨询心理学的目的是帮助适应不良或有心理困扰者调适和解除心理的困惑，重建积极的人生。它为解决人们在学习、工作、生活、保健和防治疾病方面出现的心理问

题(心理危机、心理负荷等)提供有关的理论指导和实践依据,使人们的认识,情感、态度与行为有所改变,以达到增进身心健康,更好地适应社会、环境与家庭的目的。

(3) 管理心理学,是研究管理活动中的心理活动规律的科学,它以组织中的人作为特定的研究对象,重点在于对共同经营管理目标的人的系统的研究,以提高效率,调动人们的积极性。当今的管理心理学都是以人本思想为前提的,如何实现对人的激励,就成为管理心理学的重要内容。管理心理学按照不同的管理领域又可进一步细分为行政管理心理学、教育管理心理学、学校管理心理学、企业管理心理学等。

(4) 消费心理学,与社会心理学、社会学和经济学有密切联系,是以大众的消费行为为研究对象,研究消费者购买、使用商品过程中的心理和行为规律的学科,是商业心理学的主要分支领域之一。消费心理学涉及商品和消费者两个方面。与商品有关的研究包括广告、商品特点、市场营销方法等 与消费者有关的研究包括消费者的态度、情感、动机、爱好、消费信息来源以及消费的决策过程等。

(5) 环境心理学,是研究环境与人的心理和行为之间关系的一个应用社会心理学领域。又称人类生态学或生态心理学。这里所说的环境主要是指物理环境,包括噪音、拥挤、空气质量、温度、建筑设计、个人空间等等。

(6) 法律心理学:也称法制心理学,是介于法学和心理学之间的一门边缘学科,是研究与法律有关的各种人的心理活动规律的一个应用社会心理学领域,其研究内容包括立法心理、犯罪心理、普法教育心理、司法心理、劳动改造心理和民事诉讼心理等部分。

总而言之,理论心理学主要致力于发现一般心理现象与心理规律,而应用心理学则致力于将有关的心理原理、方法和知识应用于实践。但两者并非是截然分开的,而是有机联系、相互融合、相互促进的。以本书为例,第二章心理过程、第三章个性心理,基本上属理论心理学研究范畴 第五章教学心理、第八章心理健康教育基本上属于

需要全本请访问 www.ertongbook.com

用心理学的范畴；第四章心理发展、第六章学习心理、第七章社会心理则既包含理论心理学的内容，又包含应用心理学的内容，可见二者的划分是相对的。基础理论研究往往受实践中观察到的现象与问题的启发，而其在实践中的应用可证明心理学的理论假设是否成立，并进而推动心理学理论的发展。随着心理学的发展，理论心理学和应用心理学之间的联系将更加紧密，相互的影响也将会进一步加大。

二、心理学的学科性质

心理学是兼有自然科学和社会科学两种属性的科学。它一方面和生物学结合,探讨心理活动的生理基础,研究人的自然属性,利用科学技术和手段，深入研究心理现象；另一方面它又和社会科学结合,研究人的社会属性,用以解决人的心理和社会问题。

(一)自然科学的性质

心理学的自然科学属性，可从其研究对象、历史渊源与研究方法上得到说明。

心理是人脑的属性，是人脑对客观世界的反映。心理学是研究心理现象的科学，在心理学研究的具体实践中，必须对人进行研究，必须对人脑的工作原理和机制进行研究，以了解有关心理现象的产生过程及其外在行为表现，而人具有自然性的一面，是自然界长期发展的产物，属于自然界的一部分，是自然存在物、自然实体、生物实体。

心理学从其发展的历史渊源来说，与自然科学，尤其是生物学、生理学以及神经学的发展等有着极为密切的联系。而近代心理学之所以能够从哲学的思辨中独立出来，更是在很大程度上得益于自然科学的发展。如近代心理学的生物学源头可追溯到达尔文的进化论，他的许多生物学观念如遗传与变异、环境、适应均为今天心理学研究的主题。而在生理学方面,19 世纪三位德国生理学家的研究更是为日后生理心理学的发展奠定了基础。（详见本章第三节）

自然科学的研究讲求逻辑性、客观性、可重复性与可测量性。心理学的研究方法在很大程度上亦取法于自然科学。心理学之所以能成为一门科学，就是由于它引进了系统实验的方法，力求使得心理学与自然科学一样,可由实验研究与验证,从而具有客观性、可验证性与系统性这三大科学特征。

(二)社会科学的性质

马克思认为,人之所以为人,人与一般动物的区别,就在于他的社会性。人是社会历史发展的产物，是有生命力的、有意识的、能思维的存在物。“人的本质不是单个人所固有的抽象物，在其现实性上,他是一切社会关系的总和。”人的本质规定着他的心理和意识具有社会性，也决定了以人的心理为研究对象的心理学具有社会性。这一点充分表现在心理学的分支学科中，如社会心理学、群体心理学、管理心理学、消费心理学等都强调对人的社会关系和社会互动，对人们所处的社会环境和文化历史背景等社会状况进行研究，以求能够更加准确地把握人的心理现象和心理过程。

(三)超科学的人文性质

一般说来科学有如下三个基本特征：一是客观性，它是说研究的事实和现象是不以人的主观变化而变化的。如果研制了一种药，相信它就有效，不相信它就无效，它就不具科学所要求的客观性。二是可验证性，又称可重复性，是指你研究所认定的结果和事实，其他人在同样的条件下是可以重复或验证的。如果你的研究结果或发现的事实，别人是无法重复和验证的，那么你的研究就不具科学性。三是系统逻辑性，是指所研究的事实和建立的理论有自己内在的系统逻辑性，而不是自相矛盾的。

科学研究的目的一般包括四个层次：①描述，是指可将研究的问题做表明事实的陈述。比如我们通过测量发现男性平均身高高于女性,我们可以描述出这个事实,但我们并不知道为什么。②解释,是说

我们不但可以对研究的问题进行描述，还可以说出为什么。比如研究发现是染色体造成男性和女性的不同。③预测，经过研究发现、了解事情的因果关系，我们也就可以很好地预测事情的结果。④控制，在预测的基础上我们就可能对事物的发展进行有效的控制。

由此可见，我们在研究物的时候很容易将其纳入自然科学的范畴，而在研究人的心理和行为时，考虑到人的自然属性，虽也可在一定的程度和范围内采用自然科学的手段方法，但在很多情况下，比如在研究人的幸福感、美感、价值观等这些主观性很强的问题时，就很难将其纳入狭义的科学范畴，而对这类问题的研究，更具超出自然科学的人文性。如果我们忽视了心理学的人文性，过分强调心理学的自然科学性，则可能会限制心理学的研究领域和发展空间。

(四)综合交叉的性质

综上所述，心理现象的特殊性决定了心理学是一门既具有自然科学的性质，又具有社会和人文科学性质的交叉学科。具体表现在：从心理现象发生的主体来说,人是自然性和社会性的统一体 从心理现象产生的器官来看，人脑固有的自然属性是在人的社会生活方式的影响下变化和发展的，它的机能也体现了自然性和社会性的统一；从心理现象的内容上来看，人所反映的客观现象是社会存在和自然现实的统一 从心理现象的形式上看,人的心理过程具有人类的共同性,表现出更多的受自然制约与影响的特点,而人的个性心理则具有人类的个别性,表现出更多的受社会制约的特点,所以二者也反映了自然性和社会性的统一 最后从心理现象的实质来看,心理是人脑对客观现实的主观反映这一定义亦表明了人的心理既有客观性，又有主观性,既是自然的产物,又是社会的产物。以上这些也就决定了心理学学科性质的交叉综合性。

三、学习、研究心理学的意义

学习和研究心理学无论是在理论上,还是在实践上都具有重要

意义。心理学研究通过揭示心理现象与客观世界的关系，为辩证唯物主义哲学提供依据,使得人们能够更好地领会哲学的基本原理,从而自觉地树立科学的世界观与人生观。心理学提供的科学事实，有助于破除封建迷信,有助于人们认清邪教的本质,从而抵制和克服各种不良思想的毒害。此外，心理学作为介于自然科学与社会科学之间的交叉学科，其研究成果为研究自然科学与社会科学提供了必要的心理科学依据。人对客观世界的认识是无止境的，同时对自己的主观世界的认识也是无止境的，只有深刻地认识自己、了解人自身，才能更好地认识世界、改造世界。人的种种实践活动都是在心理活动的调节下进行的,心理学研究有助于人们更好地认识了解自己,并在此基础上指导自己进行各种实践活动,调节人和人、人和自然、人和社会的关系，从而促进整个社会的整合以及人类的进步与发展。

第二节　心理学的研究方法

心理学是伴随着研究方法的进步而进步的。它之所以成为一门独立的学科,之所以能够从哲学思辨的范畴中脱离出来,得益于其研究方法的发展。

一、一般方法论和研究原则

(一)一般方法论

方法论是关于认识世界与改造世界的根本方法的学说，科学研究的方法论，是科学研究必须遵循的基本指导思想和原则。同任何其他学科一样,心理学的研究总是以一定的方法论为指导的,没有正确的方法论指导的研究是盲目、无效的。在我国,指导心理学研究的哲学方法论就是辩证唯物论和历史唯物论。辩证唯物论的世界是物质的、物质是运动的、运动是有规律的基本观点和它所坚持的世界的普遍联系观、运动发展观、对立统一观、质量互变观,历史唯物论的社会存在决定社会意识、生产力决定生产关系、人的本质在于他的社会

性等基本观点都是用来指导我们的心理学研究的方法论。

(二)心理学研究的原则

除了具体方法论的指导外，心理学研究中还必须坚持以下一些基本原则。

(1) 客观性原则：就是本着实事求是的精神与态度，坚持客观标准,不带主观偏见,不做主观臆测,如实地对心理现象进行观察、分析和解释，揭示心理发生、发展与变化的规律。

(2) 系统性原则：就是从系统论的观点出发，把各种心理现象放在整体性的、动态的和相互联系的系统形式中进行考察与研究，反对片面地、孤立地看待问题。

(3) 理论与实践相结合的原则：实践是理论的源泉，是理论发展的动力，同时还是检验真理是否正确的唯一标准；而正确的理论对实践则有重要的指导作用。所以在心理学研究中必须坚持理论联系实际、理论与实践紧密结合的原则。

(4) 伦理性原则：在心理学研究中应坚持伦理和道德原则，任何可能对研究对象造成伤害的研究都必须严格禁止。

(5) 发展性原则：心理现象总是处在不断的发展变化过程中。在心理学研究中，必须注意个体在不同年龄阶段相应的心理变化以及外在环境对心理发展与变化的影响。

(6) 教育性原则：心理学研究要有利于教育目的的实现，有利于个体的身心健康。

二、具体研究方法

根据研究的目的、性质和研究对象的特点，心理学研究在具体操作过程中，可以采取不同的方法。主要有以下几种方式。

(一)观察法

观察法是社会研究也是进行心理学研究的基本方法之一。观

者,看也 察者,思考、比较、鉴别也。心理学研究中的观察法就是根据研究课题，观察者利用眼睛、耳朵等感觉器官和借助其他科学手段 以及仪器设备，有目的、有计划地对被试的外部表现进行考察，从而研究其心理活动的一种方法。研究者根据不同的研究目的和不同的情况，往往采取不同的观察方法。观察法根据不同的划分标准可分为不同的类型，主要有以下几种类型。

根据观察者的角色，可分为参与观察与非参与观察。此种分类是根据研究人员作为一名观察者的具体身份，按观察者是否参加到被研究群体中去，是否参与被观察者的活动而划分的。参与观察是指观察者直接加入到被观察群体中，以内部成员的角色参与他们的各种活动,在共同生活中进行观察,收集资料,并进行分析。这种观察法的最大优点是收集到的资料比较深入具体和丰富生动，有利于深入分析被研究对象的心理现象和特征。但其缺点往往是由于观察者长期生活在被观察群体中，难免会受后者影响，从而影响其分析问题的客观性和准确性。非参与观察是指观察者以旁观者的身份，置身于被调查群体之外所进行的观察。这种观察法的优点是有利于克服主观因素的影响,获得的资料比较客观、真实,但其缺点是由于观察时间较短,观察范围有限，常常只能获得一些表面现象或公开行为的信息。当然，无论是参与观察还是非参与观察，都要努力做到不让被观察者发现自己正在被他人所观察,以免影响被观察者的正常行为表现。

根据观察的场所，可分为自然场所的现场观察与人为场所的情景观察。前者是指在自然场所对被试也就是被观察者的日常活动进行的观察。这种观察法的最大优点是在实际操作过程中，一般不让被试察觉，保持被试心理表现的自然性，不附加人为影响，因而简便易行，更接近客观。其缺点是往往只能从表面上了解心理事实，而无法直接解释其发生原因。同时研究人员只能被动地等待心理事实的发生，而不能主动地控制其发生。人为的情景观察是指在人为控制场所对被试的活动进行的观察。其优点是研究人员在观察中具有较大的主动性，但其缺点也是显而易见的，往往对被试的自然表现造成

需要全本请访问 www.ertongbook.com

一定压力和影响。

根据观察时间的长短，可分为长期观察与短期观察。前者是指研究人员在比较长的时间内对被观察者进行观察。如儿童心理学的奠基人普莱尔(W. Preyer) ，根据其对儿子连续三年每天三次进行的观察,写成《儿童心理学》一书。短期观察的时间则相对较短。

此外,以观察的内容为标准,还可将观察分为全面观察与重点观察。前者是指在一定时期内观察被试的全部心理表现；后者则指对被试某一方面或某几方面的心理表现进行观察。

运用观察法时需注意几点：一是事先要有明确的观察目的；二是观察时应随时记录,并要充分利用录音、录像等现代手段；三是每次观察时间不宜过长，对同一类行为可采取重复观察的形式。

(二)实验法

实验法是按研究的目的控制或者创造条件，主动引起或改变被试的心理活动，并对其进行研究的方法。人们往往会受到周围环境各种因素的影响,比如光线、声音、景物、味道、颜色等。会引起变化的因素称为自变量，引起的变化称为因变量。实验法就是在保持其他因素恒定的前提下研究因变量和自变量的关系和变化规律。如研究人员要研究照明状况对被试工作效率的影响，就必须控制实验情景,使其他因素,如噪音、温度等保持不变。在这种情况下,如果被试的行为随着照明条件的变化而发生变化,则可以得出结论说,这个唯一的变量即照明条件是引起行为变化的原因。

实验法可分为实验室实验法与自然实验法。

实验室实验是指研究者在特定的心理实验室，借助相关的仪器设备，严格控制各种条件来研究心理现象。实验室实验被广泛用于研究动物心理、心理的生理机制等问题。为了达到实验目的,研究者主要是在四个方面进行控制：一是控制实验情境，尽可能排除无关变量的影响；二是严格控制被试,进行随机抽样和随机安排；三是控制实验刺激,使之以不同水平、性质和条件,按规定的方式、时间和顺

序出现 四是控制被试的反应,用指导语指导其反应的方向与反应的范围。实验室实验法的实质是在一系列严格控制的条件下探究自变量和因变量之间的关系。这种方法的优点是能主动获取所需的心理现象,探究其发生的机制与规律,获取准确可靠的信息。但其缺陷是人为的特点过于明显,易被被试意识到,从而可能降低实验结果与结论的客观性和准确性，而且对无关因素的控制也不易完全实现。

自然实验法被广泛用于儿童心理学、教育心理学和社会心理学的研究。这种研究方法是指在日常生活条件下，对某些条件加以适当控制或改变来研究心理。其实质是将实验室研究和日常活动相结合,一方面仍然对实验条件加以控制,但又使被试的活动在自然状态下进行,从而减少了人为性,提高了真实性。但这种方法由于对实验控制不是很严格，容易受到其他无关变量的影响。

(三)个案研究法

个案研究法把任何社会个体，包括个人与社会群体作为一个研究单位,以这些研究单位的某一个或几个特性为研究对象,探讨和研究相关因素及其相互关系，是对个体进行直接研究的方法。比如通过综合研究与分析个体的行为表现、家庭情况、社会地位、受教育水平、职业状况等因素,来研究个体的心理活动特点以及影响心理发展变化的因素。这种研究方法常用于教育心理学、儿童心理学、医学心理学和咨询心理学等领域。

根据研究对象的特点,可将个案研究法分为两种类型 以个人为单位的个案和以社会群体为单位的个案。前者研究的对象可以是正常人，也可以是社会适应失调者或精神病患者。通过对个体过去经历、现状、所处社会环境等因素的了解与分析,研究其心理发展历程。后者的个案通常是某一社会机构或团体,如家庭、学校或企业等。

个案研究法以往偏好于对个人或社会群体的不良问题或负面问题进行研究,如精神病患者的行为,学生的学习障碍,企业经济效益不佳和家庭分裂所引起的不良心理或心理失衡等，并寻求相应的矫

正措施。随着社会的发展和实践的需要，个案研究法现已应用到对正常个体和社会群体的研究。

不管其具体研究对象是个人还是群体，是常态的还是非常态的，个案研究法具有两个基本特点：首先是这种方法注重对跟个案有关的具体事实和细节作深入研究，以积累丰富的资料，透过现象探求问题的实质；其次是要求对问题的发生、发展过程与特征以及相关的因果关系作客观分析和正确推论，在此基础上，提出有效的补救、矫正、改进或推广建议并予以实施。

个案研究法在心理学研究中占据重要的地位。不仅在实践上应用范围极其广泛，既可以用于对特殊心理失衡个人与问题群体的治疗或矫正，也可用于对健康的个人与团体的咨询分析，以求咨询对象能够更好地发挥其应有的社会功能，或促进其整合与良性运转；而且，其发展趋势将会从最初的对特殊现象或特殊个案的研究转向更为广阔的领域。另外，个案研究法对心理学理论的发展亦具有重要作用。对罕见现象的了解，能够说明一些例外情况，从而重新思考原有理论，形成新的假说，矫正特殊行为，解决特殊问题，总结特殊经验。此外，通过对大量个案的研究，能够揭示个案之间的异同点，得出概括性或近似性的结论，进而丰富心理学理论。如弗洛伊德的精神动力学说，在很大程度上就归功于他对个案行为进行的长期深入的分析。

但个案研究法也有其本身所固有的缺点。在个案研究中往往要通过个案对过去经历的叙述来了解其以往的情况，在这个过程中，个案所提供的信息难免会失真，人们往往可能扭曲过去以取悦研究者或者比较倾向于用特定的方式去进行记忆。研究者也可能因为本身带有一些特定的期望或设想，从而有可能以比较微妙的方式影响研究对象，使得后者所提供的信息与他们的期望或者设想相一致。

（四）调查法

这里所指的调查是指抽样调查，即从某一总体中按照一定的规

则抽取一定的样本，通过对样本的研究来推论总体情况。调查法是以提出问题的形式收集研究对象的各种有关资料来研究其心理的方法。其目的通常是为了确定人们对有关事物与社会现象，如对某商品、广告，或者某一总统候选人的态度和意见，从而对人们可能作出的决策或行为做出预测。在当今信息社会，这种方法正被社会团体、商业机构和政府部门越来越广泛地应用，以收集有关信息，了解人们的偏好、态度倾向与行为特征等。

尽管调查法的实际应用范围与具体操作方式存在较大差异，但具有以下一些共同特征。首先调查法不是直接对研究总体的全体进行调查，而是按照一定的规则从总体中抽取一定比例的个体来收集资料，通过对部分的调查来推论总体情况，其抽样方法以及所抽取的样本的大小根据研究的目的和样本特点等而定。如在一个了解某个城市居民对政府某一新政策的认同状况的调查中，被调查对象不是来源于志愿者，而是按照科学的抽样方法和程序从研究总体中抽取，以保证总体中的每一个人被抽到的机会相等，从而使得样本的情况能代表总体情况。其次是调查法不是为了深入了解某一个具体个体的具体情况，而是为了了解总体情况，所以调查法不是针对每一个具体的个人而采取具体的操作方式，相反，它是通过标准化的方式来收集信息和资料的。也正因为如此，很多时候调查法很强调匿名性，也就是有关调查对象的任何个人信息都常以匿名的形式出现在有关总结、报告与数据分析中。

调查法根据不同的标准，可有不同的分类。

按照调查的目的与任务的不同，可分为一般调查与专题调查。前者的目的在于了解研究对象的一般心理现象和行为表现；后者则是就某项专题对两个或两个以上的研究群体进行比较研究。

按照调查的内容性质的不同，可分为事实特征调查与征询意见调查。前者的调查内容主要是有关调查对象的特有特征、行为、事件等；后者的调查内容主要是有关某些问题的观点、意见、建议、评价等。

按照调查所提出问题的格式的不同，可分为结构式调查与非结构式调查。前者是研究者事先就某一问题拟定一定的调查框架，给出可供选择的答案，被调查的人只要根据自己的情况选出相应的答案即可；后者是指研究者不事先设定调查框架，也不设置固定的答案,仅仅根据情况灵活地提出问题,而让被调查的人自由发挥。

按照调查所采取的资料收集方式的不同,可分为当面访谈法、邮寄问卷法与电话调查法。这三种方法各有其优缺点。当面访谈法是访问人员根据被调查者的口头回答来填写调查问卷，从而收集资料的方法。其优点是访问人员比较容易控制访问质量与访问环境，尤其是对于复杂问题的询问,更需访问员亲历亲为;但其缺点是访问成本高,灵活性小,且对于敏感性问题的调查不适合。邮寄问卷法的最大优点是成本低,对于敏感性问题的调查比较适合,但其缺点在于问卷的回收率低,问卷质量没有保障。随着社会的发展,以及为了克服面访所存在的一些问题和困难，电话调查正被越来越广泛地加以应用。相对面访来说，这种调查方式的成本较低，且操作起来比较灵活，访问人员又能较好地控制调查情境。其缺点是由于我国电话普及率还不是很高，因而这种调查方式的应用范围受到一些限制。此外,随着现代科学技术的发展,新的调查方式也应运而生,比如网上调查、计算机辅助电话调查(CATI)、全自动电话访问(CATS)、电脑自填式问卷访问(CASI)等。

总而言之，调查法的优点是能够在短时间内获取大量的有关研究对象的第一手资料,以便为分析问题提供依据,为进一步研究提供线索和新发现;此外数据的编码、分析和解释都比较简单,因为样本是有代表性的，可以对总体的情况作较为合理的判断。但其缺点是被调查者可能不愿意或不能够提供所需的信息，例如关于态度或动机的问题，有时候被调查者可能不是十分明确地意识到决定其动机(例如选择某种商品、作出某种决定)的因素是哪些,因此所提供的信息可能就不准确。如果问题涉及个人隐私或很敏感，被调查者可能也不愿意回答。其次，封闭性的问题限制被调查者选择答案的范围，

有可能使某些类型的数据的有效性受损失。最后，问题的措词也很不容易确定,要设计一份好的问卷难度较大。尽管如此,抽样问卷调查仍然是收集原始数据的最常用的方法。在我国，各种各样的民意调查和市场调查基本上都是问卷调查。

（五）内省法

内省法又称自我观察法(self-observation) ,是依靠对自己意识经历的反省,来寻找心理学问题的答案,它是心理学家们最早采用的基本研究方法之一。一般有两种方式：一种是指个体对自己的内心世界作深入审视与思索，探究自己的思维与感觉等心理现象和活动，以认识自己。另一种是心理学研究中常用的，它要求被试把自己的心理活动口头或书面报告出来,然后加以研究,并得出结论。早期构造主义的心理学家企图通过由个体运用内省法对感觉的本质等问题进行思考所得的信息资料来找出心理的结构，建立心理学理论。心理的结构与功能至今仍是心理学家的兴趣中心，但是只用内省法来研究，有明显的局限性。后来的行为主义心理学认为心理学只应研究行为，完全否定对意识经验的研究，因而也就完全否定了内省法。因此,随着构造主义心理学的衰落,内省法也逐渐不再成为心理学研究的主要方法。但随着 20 世纪 60 年代认知心理学的兴起，人们将个体语言作为分析资料的主要来源，并且有关理论在很大程度上以此为基础而建立，内省法又重新成为人们研究心理学的方法。

现在看来,尽管内省法仍是研究人的心理的一种重要方法,但它必须同其他客观的研究方法相结合，才能成为真正有效的方法。

三、常用研究技术和手段

在心理学研究中，除了要掌握一般方法论原则和具体研究方法外,在具体研究过程中还要掌握一些常用的研究技术和手段,它主要包括对实验或研究的设计法,数据和资料的收集、分析、总结方法等。主要包括如下几个方面。

需要全本请访问 www.ertongbook.com